

NOTFALLBLATT ZWECKS STRESSPROPHYLAXE BEI NEBENNIEREN-INSUFFIZIENZ (mild)

Allgemein:

Immer auf sich tragen:

- Notfallausweis (z.B. im Portemonnaie)
- 10 Tabletten Hydrocortison à 10mg

3 Faustregeln zur Dosisanpassung

1. Geringe Belastung (z.B. aussergewöhnliche sportliche Betätigung, eine Wanderung)

⇒ Einmalige Einnahme von 10 mg Hydrocortison

2. Starke Belastung (z.B. Infekt mit Fieber)

⇒ Einnahme von 2-5 Tabletten Hydrocortison à 10 mg, Wiederholung alle 6-8 Stunden

3. Notfallsituation oder stärkste körperliche Belastung

- Unfall mit Blutverlust oder Knochenbruch
- Operation, Geburt
- Magen-Darm-Erkrankung (wiederholtes Erbrechen oder Durchfall)
- Starke Müdigkeit, Bewusstseinsverlust, Kollaps

Schritt 1) Einnahme von 5 Tabletten Hydrocortison à 10 mg

**Schritt 2) Danach Vorstellung auf Notfallstation oder Arztkonsultation
(ohne Zeitverzögerung!)**

***Falls Schritt 1) nicht möglich: Tel. Rettungsdienst 144 und Einweisung auf die nächste Notfallstation**

Merke: in Belastungssituationen

- Im Zweifelsfall grosszügige, kurzfristige Einnahme von Hydrocortison 10 mg Tbl.
- Einnahme sofort und über den Tag verteilt, alle 6-8 Stunden 2-3 Tbl. Hydrocortison
- Magen-Darm-Infekt: Vorstellung beim Arzt!
- Bei anhaltenden Beschwerden (> 30 min. nach Einnahme): immer Arzt konsultieren!
 - ⇒ Notfallausweis vorzeigen
 - ⇒ Nach Möglichkeit Arztbrief mitbringen

Bei Fragen oder Unklarheiten: Tel. Dienstarzt Endokrinologie

Kantonsspital Aarau: 062 838 6885

Unispital Basel: 061 556 50 74